



COACHING INDIVIDUEL

Un accompagnement *sur mesure* pour avancer avec confiance

Un soutien personnalisé pour lever vos blocages, définir vos objectifs et avancer avec confiance et bienveillance. L'École pour CELLES accompagne les femmes qui veulent reprendre confiance, évoluer et construire un parcours qui leur ressemble vraiment.

— POUR QUI ?

Ces situations *vous parlent-elles ?*

Reconversion professionnelle

Vous souhaitez changer de voie mais ne savez pas par où commencer ni quelles compétences valoriser.

Manque de confiance

Vous vous sentez bloquée ou découragée. Il vous faut quelqu'un qui croit en vous et vous guide.

Retour à l'emploi

Après une pause professionnelle, vous avez besoin d'un accompagnement pour reprendre pied en confiance.

Contraintes de temps

Entre famille et travail, vous avez besoin d'un accompagnement flexible, adapté à votre réalité quotidienne.

— THÉMATIQUES ABORDÉES

Ce que le coaching peut *vous apporter*

- Retrouver confiance en soi et en ses compétences
- Clarifier et définir un projet professionnel qui a du sens
- Préparer une reconversion ou un retour à l'emploi
- Mieux gérer le changement, le stress et les périodes de transition
- Développer sa posture professionnelle et sa prise de parole
- Trouver un équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle

— NOTRE MÉTHODE

Un chemin clair, *pensé pour vous*

Pas de jargon, pas de processus compliqué. On avance ensemble, étape par étape, à votre rythme.

ÉTAPE 1

Bilan gratuit

Un premier échange de 30 minutes, sans engagement, pour comprendre votre situation, vos besoins et vos objectifs.

ÉTAPE 2

Plan personnalisé

Nous construisons ensemble le parcours de coaching adapté à vos contraintes, vos objectifs et votre rythme.

ÉTAPE 3

Accompagnement suivi

Des séances individuelles, en présentiel ou à distance, pour avancer pas à pas avec un soutien constant et bienveillant.

ÉTAPE 4

Votre réussite

Confiance retrouvée, projet clarifié, nouvelles portes ouvertes : vous atteignez les objectifs fixés ensemble.

— MODALITÉS

Un format *adapté à votre réalité*

Les séances de coaching se déroulent en individuel, en présentiel ou à distance selon votre préférence et votre localisation. Le nombre et le rythme des séances sont définis ensemble lors du bilan initial, en fonction de vos objectifs et de vos disponibilités.

— COÛT & FINANCEMENT

Un accompagnement *accessible*

Le coût de l'accompagnement est établi **sur devis**, en fonction du nombre de séances et de vos objectifs. Selon votre situation, plusieurs pistes de financement peuvent être mobilisées : CPF, plan de développement des compétences de votre employeur, OPCO, ou dispositifs dédiés aux demandeurs d'emploi. Notre équipe vous aide à identifier l'option la plus adaptée.

Parlons de votre *projet*

Un premier échange gratuit, sans engagement, pour faire le point sur votre situation.

ADRESSE

343 chemin des Clos Est, 38160 SAINT ROMANS

TÉLÉPHONE

07 89 20 99 24

COURRIEL

fred@lecolepourcelles.fr

